



Inmitten von Grün, liegt das Pichlschloss wie eine kleine Oase, sonnig am Waldrand. Nur 15 Gehminuten vom Ort Neumarkt entfernt und umgeben von vielen Wander-, Kultur- und Ausflugsmöglichkeiten.

Anreise per Bahn: gratis Abholung von Neumarkt /Stmk. oder am Anreisetag um 13.12 von Unzmarkt um € 8,-/Person (Schnellzugstation für Direktzüge aus Wien)

Anreise mit dem Auto: Wien: 2,5 Std., Graz 1,5 Std., Salzburg: 2 Stunden, München: 3,5 Std.

Anreise Flugzeug: Flughafen **Wien oder Klagenfurt**, dann mit der Bahn bis Unzmarkt oder Friesach – von hier Abholung mit dem Hotelbus (auch direkt vom Flughafen Klagenfurt möglich)

Anmeldung am Veranstaltungsort:

Hotel Landsitz Pichlschloss

Katrin Heindl

A-8820 Neumarkt - Mariahof, Stadlob 125

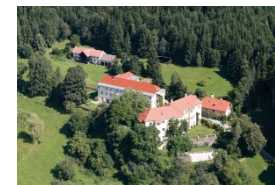
T: +43 (0) 3584/24 26, Fax: DW -4

E: info@pichlschloss.at

SCHREIBEN UND MEDITATION

MIT SHANNON SULLIVAN

7. August bis 14. August 2022



PICHLSCHLOSS
NEUMARKT – STEIERMARK - ÖSTERREICH

Schreibretreat

Im Kurs bringen wir Körper und Geist zur Ruhe und kultivieren Aufmerksamkeit – sowohl für unser Schreiben als auch unser tägliches Leben. Wir erkennen die Kraft des Details, entwickeln unsere Fähigkeit zuzuhören: unserer eigenen Stimme und Arbeit als auch den Texten Anderer, ohne Werturteil.

Statt vorgefertigten Ideen, wie ein Text zu sein hat, anzuhängen, üben wir uns in der Wertschätzung von ersten, rohen Gedanken, deren unmittelbarer Erfahrung. Wir folgen ihnen in die Tiefe und gelangen so zu einem ganz eigenen Stil, zu Ehrlichkeit ohne Selbstzensur.

Schreiben wechselt sich mit Sitz- und Gehmeditation ab; wir erfahren das Schreiben als meditativen Zustand. Das heißt jedoch nicht, dass die daraus entstehenden Texte immer ruhig und selbst „meditativ“ sein werden. Ganz im Gegenteil: Die Verankerung im Körper und im Jetzt erlaubt uns, tiefer in die Abgründe und Grenzerfahrungen des menschlichen Lebens einzutauchen, ohne uns dabei zu verlieren.

- Kreieren Sie „frische“ Texte – Texte, die in die Tiefe gehen und berühren
- Kultivieren Sie Zuhören als Schlüssel zum effektiven Arbeiten
- Entwickeln Sie Achtsamkeit für Rhythmus und Klang in Ihrem Werk
- Genießen Sie Ehrlichkeit ohne Selbstzensur
- Finden Sie Ihren eigenen, unverwechselbaren Schreibstil

Angebote im Haus:

Massagen, Shiatsu, Klangschalenmassagen, Fußreflexzonenmassage, Wellness- und Gesichtsbehandlungen, Sauna, Dampfbad, Fühlparcours im Freien, Luftkurhalle.....werden angeboten. Freies W-Lan

Küche: traditionell österreichisch, regional, saisonal, vegetarisch

Kreatives Schreiben und Meditation

KURSLEITERIN: Shannon Sullivan, Poetin und Performerin
Ihre Arbeiten sind sowohl auf dem Blatt als auch auf der Bühne und in der Musik zu Hause. Ihre letzten zwei Stücke, „the story written on the butterfly's tongue“ und „THE DIFFERENCE BETWEEN F. & F.“, wurden beim Haus für Poesie bzw. der Lettrétage in Berlin sowie auf internationalen Festivals gezeigt. Shannons Ansatz für „Meditation und Schreiben“ wurde u. a. von Natalie Goldberg, international bekannte Autorin und Schreiblehrerin, inspiriert.

www.shannonsullivan.de

ORT: Hotel Landsitz Pichlschloss

TERMIN: 7. August bis 14. August 2022
Beginn: 18.00 Uhr, Begrüßung & Aperitif

PREIS: 7 Nächte Halbpension im Standardzimmer: € 720,--
Kursbeitrag: € 330,--
plus € 1,50 Tourismusbeitrag/Tag
kleiner Mittagstisch: € 16,--/Tag

Classic-Zimmer (renovierte Zimmer) Aufschlag € 70,--/Woche
Kein Einbettzimmerzuschlag im Standardzimmer,
alleine im Classic-Zimmer € 25,-/Nacht.

Anmeldeschluss: bis 14 Tage vor Beginn
Begrenzte Teilnehmeranzahl!

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!